

INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

PROFESORADO DE EDUCACION FÍSICA

IDENTIFICACIÓN DE ESPACIO CURRICULAR

ESPACIO CURRICULAR		ATLETISMO II	
TIEMPO DE CURSADO		ANUAL	
CURSO	2 "C"	CARGA HORARIA	TRES HORAS CATEDRA

PERSONAL DOCENTE

APELLIDO Y NOMBRES	HORAS/CARGO
GALLETTI, MARIO LUIS	PROFESOR DE NIVEL SUPERIOR

CICLO LECTIVO 2023

FUNDAMENTACION

Administrar un espacio curricular en un INSTITUTO TERCARIO DE FORMACION DOCENTE debe, a mi criterio, focalizar la atención en brindarle a los alumnos la mayor cantidad de **herramientas** que le permitan desempeñarse profesionalmente con conocimiento, idoneidad y criterio; teniendo siempre presente las capacidades de los alumnos con la clara finalidad de desarrollarlas y potenciarlas. El dominio de los saberes teóricos (con manejo de lenguaje técnico y terminología apropiada) acompañados por una correcta demostración práctica que sirva de asistencia a los alumnos para la comprensión de los objetivos planteados, deben ser la base fundacional que cimiente su formación. De esta manera podrán transmitir conocimientos de manera transversal a todos los niveles educativos.

Los espacios curriculares de carácter práctico, por su amena llegada a los alumnos y su preferencia general, deben ser utilizados como espejos para reflejar el verdadero sentido de la profesión y no como una alternativa de entrenamiento y/o práctica deportiva.

En esta cátedra, los alumnos conocerán los aspectos teórico/prácticos elementales de las pruebas atléticas correspondientes al programa de 2do año. Además de ello, en caso de ser factible, tendrán una importante experiencia vivencial de las mismas incorporando con ellas estrategias metodológicas para su enseñanza suministrándole al alumnado un significativo caudal de conocimientos que no solo podrán ser aplicables a esta disciplina deportiva sino también transferibles a todas las otras áreas de desarrollo específico de la Educación Física.

Las actividades planteadas se complementan a las de 1er año.

MARCO TEORICO

El atletismo es una de las modalidades deportivas más populares y antiguas del mundo. Para respaldar esta apreciación solo basta con destacar que en el programa de los Juegos Olímpicos, el 15% del total de las actuaciones programadas corresponden a este deporte.

El caminar, correr, saltar y lanzar constituyen el total de las acciones motrices que individualmente o combinadas forman el bagaje motor de los individuos. En el atletismo, estas acciones motrices, se manifiestan de la manera más pura llevándolas a su máxima expresión y al máximo de su eficiencia en pos de los resultados deportivos.

Es importante destacar que el manejo de la enseñanza de estas formas básicas de movimiento que conocerán desde el atletismo, son extrapolables a la mayoría de los deportes por lo que su conocimiento y dominio cobra mayor importancia.

CAPACIDADES PROFESIONALES PARA LA FORMACION DOCENTE

CAPACIDADES ESPECÍFICAS SELECCIONADAS

1. Dominar los saberes a enseñar

a. Seleccionar, organizar jerarquizar y secuenciar los contenidos teóricos y habilidades prácticas del Atletismo adecuándolos a los requerimientos del aprendizaje de los estudiantes.

2. Actuar de acuerdo con las características y diversos modos de aprender de los estudiantes.

a. Identificar las características y los diversos modos de aprender de los estudiantes en la etapa de iniciación deportiva.

3. Dirigir la enseñanza y gestionar la clase

a. Establecer claramente propósitos de enseñanza y objetivos de aprendizaje de atletismo en ámbitos escolares y no escolares.

b. Diseñar e implementar propuestas didácticas para promover el aprendizaje individual de las habilidades específicas del atletismo.

c. Utilizar la evaluación con diversos propósitos: Realizar diagnósticos, identificar errores sistemáticos, ofrecer retroalimentación a los estudiantes, ajustar la ayuda pedagógica y revisar las propias actividades de enseñanza.

4. Intervenir en la dinámica grupal y organizar el trabajo escolar.

a. Dominar y utilizar un repertorio de técnicas para favorecer la consolidación de los grupos de aprendizaje tanto en el desarrollo teórico como en la aplicación práctica.

b. Planificar y desarrollar la enseñanza de las habilidades necesarias para vincularse responsablemente con los otros y para trabajar en forma colaborativa

5. Comprometerse con el propio proceso formativo.

a. Analizar las capacidades profesionales y académicas necesarias para presentar el atletismo de forma atractiva.

ESPECTATIVAS DE LOGRO

- Domine los saberes a enseñar desde la teoría y la práctica

- Incorpore conceptos básicos y elementales relacionados al ámbito del deporte y la enseñanza.
- Maneje el lenguaje técnico con terminología específica
- Transfiera estos conocimientos a los distintos niveles de educación (Inicial, primario, secundario, especial y artístico) sean públicos y/o privados, formales y/o informales.
- Mejore y adicione través de este deporte, actitudes (voluntad, sacrificio, esfuerzo, responsabilidad, compañerismo, etc.) transmisibles a diferentes etapas de la vida.
- Sume herramientas para mejorar su futuro desempeño profesional.
- Vivencie las pruebas atléticas correspondientes al programa de 2do año de manera global.
- Mejore su capacidad motora mediante la práctica sistemática del deporte.
- Ejecute las pruebas requeridas con técnica satisfactoria (*) teniendo en cuenta la biotipología de los alumnos.
- Adquiera hábitos de conducta e higiene indispensables para su futuro profesional y personal.
- Anexe nuevas herramientas tecnológicas para la enseñanza
- Comprenda la importancia de los roles dentro del sistema educativo al cual pretende pertenecer.

(*) Cada especialidad Atlética tiene características generales puntuales que se deben ver reflejadas en la ejecución. VER EL DETALLE EN CADA PRUEBA EN EL PROGRAMA

CONTENIDOS

DIMENSION CONCEPTUAL Y PROCEDIMENTAL

UNIDAD Nro 1

PRUEBAS ATLETICAS DE PISTA

Eje temático Nro 1

Pasaje de Vallas: Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

Requerimientos técnicos básicos (Técnica satisfactoria). El pasaje de vallas es una prueba de velocidad y de alta exigencia técnica. Los alumnos deberán cumplir con los siguientes requisitos básicos relacionados a la ejecución.

- Carrera de velocidad contemplando aspectos técnicos (apoyos, relación amplitud frecuencia de zancada, tronco, brazos)
- Detalles técnicos del Pasaje. Distancias. Pierna de ataque y recobro, parábola de vuelo, posición del tronco y brazos.

Teniendo en cuenta las características biotipológicas de los alumnos, se podrá:

- Adaptar las alturas de los obstáculos
- La distancia desde la partida hacia la 1ra valla será la reglamentaria (13 mts/13,72 mts)
- La distancia entre vallas 3 (tres) se adaptará al biotipo de los alumnos y la biomecánica de su carrera.

Nota: Debemos tener en cuenta las condiciones en las que se encuentran las instalaciones (pista) y los elementos con los que se desarrollan las actividades (clases y prácticas)

Eje temático Nro 2

Pruebas de medio fondo y fondo: Análisis general, técnica específica, conceptos básicos de entrenamiento, la partida, reglamentaciones.

PRUEBAS ATLETICAS DE CAMPO

Eje temático Nro 3

Salto en alto (*): Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

(*) En relación a esta prueba, los alumnos solo trabajarán de manera práctica las técnicas frontal y tijera. Los elementos para la práctica de esta especialidad (colchonotón de caída, saltómetros y varilla) no se encuentran en condiciones.

UNIDAD Nro 2

Eje temático Nro 4

Lanzamiento de Disco: Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

Requerimientos técnicos básicos (Técnica satisfactoria). El lanzamiento de disco es una prueba de campo. Los alumnos deberán cumplir con los siguientes requisitos básicos relacionados a la ejecución.

- Manejo del implemento (toma, movimientos preliminares y específicos, saque final)
- Posiciones (inicial, desplazamiento, saque, finalización)
- Desplazamientos (trabajo de los pies, direcciones)
- Velocidad: Incremento progresivo (gesto explosivo)
- Saque: Angulación de salida y comportamiento del implemento

Importante: No se solicita distancia mínima en la ejecución

Teniendo en cuenta las características biotipológicas de los alumnos, se podrá:

- Adaptar el peso del implemento

Nota: Debemos tener en cuenta las condiciones en las que se encuentran las instalaciones (zonas de lanzamiento, jaula de protección) y los elementos con los que se desarrollan las actividades (clases y prácticas)

Eje temático Nro 5

Lanzamiento de Martillo: Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

Requerimientos técnicos básicos (Técnica satisfactoria). El lanzamiento de martillo es una prueba de campo. Los alumnos deberán cumplir con los siguientes requisitos básicos relacionados a la ejecución.

- Manejo del implemento (toma, movimientos preliminares y específicos y saque final)
- Posiciones (inicial, desplazamiento, saque, finalización)
- Desplazamientos (trabajo de los pies, direcciones)
- Velocidad: Incremento progresivo (gesto explosivo)
- Saque: Angulación de salida y comportamiento del implemento

Importante: No se solicita distancia mínima en la ejecución

Teniendo en cuenta las características biotipológicas de los alumnos, se podrá:

- Adaptar el peso y la morfología (largo) del implemento

Nota: Debemos tener en cuenta las condiciones en las que se encuentran las instalaciones (zonas de lanzamiento, jaula de protección) y los elementos con los que se desarrollan las actividades (clases y prácticas)

CONTENIDOS ACTITUDINALES

- Respeto por espacios, materiales, tiempos de cada alumno en forma individual y de la clase en su conjunto.

- Voluntad de superación personal y solidaridad en el trabajo en equipo.
- Colaboración en la organización general y ejecución de las actividades propuestas desde la cátedra.

ESTRATEGICAS METODOLÓGICAS

Para ello se trabajará de manera práctica con un importante sustento teórico conceptual desde el aula y/o campo utilizando diferentes estrategias didácticas como ser interacción docente alumno, resolución de problemas, descubrimiento guiado, asignación de tareas.

ARTICULACION

La importancia de la articulación de los espacios curriculares incide de manera directa en la complementariedad de los aprendizajes. El presente espacio curricular, se articula de manera vertical con los contenidos de las propuestas curriculares de 1er año (Atletismo 1, Anatomía Funcional, Juego y Recreación, Práctica 1) y de manera horizontal con las propuestas de 2do año (Fisiología del Ejercicio y Biomecánica).

EVALUACIÓN - Criterios de Evaluación -

Se tendrán en cuenta:

- ✚ Aspectos cuantitativos y cualitativos en relación a la participación en clases.
- ✚ La capacidad de superación
- ✚ Incorporación de técnicas elementales de ejecución (determinar errores elementales y sus correspondientes actividades correctivas)
- ✚ La manera de expresarse entre sus pares y con el docente
- ✚ Presentación
- ✚ La biotipología del alumno será tenida en cuenta a la hora de la evaluación práctica adaptando las condiciones de la prueba al/a la alumno/a (Esto está fundamentado en que en Atletismo este es un aspecto condicionante en la correcta ejecución de las pruebas atléticas; Ej. Un alumno de baja talla tendrá dificultades para ejecutar de manera correcta el pasaje de vallas o un alumno de estructura delgada (60 kg.) tendrá muchos problemas para arrojar el martillo de 7,260 kg. con una intensidad y técnica apropiada y así con cada especialidad donde el biotipo y el rendimiento van de la mano.)

Rubricas para la evaluación de los aprendizajes

Criterios	Bueno	Regular	Malo
Capacidad de Superación	Supera sus limitaciones motrices, incorpora aprendizajes	Reconoce sus limitaciones y trabaja en mejorarlas	No reconoce sus limitaciones y no trabaja en mejorarlas
Asimilación Técnica	Asimila y domina nuevas técnicas vinculadas a la disciplina	Reconoce nuevas técnicas con poco dominio de las mismas	No logra asimilar nuevas técnicas. Ejecución insatisfactoria
Errores	Reconoce los errores técnicos y domina actividades correctivas	Reconoce parcialmente errores técnicos sin dominar actividades correctivas	No reconoce errores técnicos elementales

Estrategias de Evaluación

Evaluación escrita, oral, práctica. Observación directa. Trabajos de investigación. Evaluaciones conceptuales.

Sistema de Evaluación

La materia es promocional y su aprobación se ajustará al reglamento en vigencia.

Evaluaciones periódicas de control. (Evaluación conceptual)

- 1 – Evaluación escrita de los contenidos de prueba de vallas
- 2 – Evaluación escrita de los contenidos de la prueba de salto en alto
- 3 – Evaluación escrita de los contenidos de las pruebas de lanzamiento

PARCIALES

1er Parcial

Contenidos Prácticos

- Prueba de vallas. Los alumnos deberán superar 3 (tres) vallas con técnica satisfactoria (según contenidos vistos) adaptando alturas y distancias a sus características de biotipo*.

Contenidos Teóricos

- Todos los contenidos teóricos de los Ejes Temáticos 1,2 y 3.

2do Parcial

Contenidos Prácticos

- Lanzamientos de Disco y Martillo. Los alumnos deberán ejecutar de manera satisfactoria (según contenidos vistos) una prueba a elección de lanzamientos adaptando pesos de los implementos a sus características de biotipo*.

*Vale destacar que las adaptaciones de las pruebas en relación al biotipo de los alumnos son controladas por el docente. También es importante remarcar que para que la prueba sea realizada satisfactoriamente esas adaptaciones deben ser precisas para que no alteren la técnica de ejecución.

Contenidos Teóricos

- Todos los contenidos teóricos de los Ejes Temáticos 4 y 5.

Se tendrá en cuenta dedicación, espíritu de superación y actitud.

Nota: Todas las instancias de evaluación tienen la posibilidad de recuperación. IMPORTANTE: Desaprobada ambas instancias (inicial y Recuperatorio), el/la alumno/a quedará en condición LIBRE:

Examen Final

En caso de alumnos regulares, el examen final será de la siguiente manera:

- Contenidos Prácticos: todas las pruebas de pista y campo vistas durante el año de cursado que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
- Contenidos teóricos: Examen oral individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos visto durante el año

En caso de alumnos libres, el examen final será de la siguiente manera:

- Contenidos Teóricos: Examen escrito individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos incluidos en el programa que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
- Contenidos Prácticos: todas las pruebas de pista y campo incluidos en el programa que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
- Contenidos Teóricos: Examen oral individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos incluidos en el programa.

Teoría: Aspectos reglamentarios, análisis técnico de todas las pruebas del programa y metodología/s de enseñanza de todas las pruebas aplicables a todos los niveles de educación.

Práctica: Todas las pruebas atléticas contenidas en el programa ejecutadas con técnica satisfactoria.

	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre
U.N.1	*	*	*				
U.N.2				*	*	*	*

BIBLIOGRAFÍA

- Reglamento de Competición de la World Athletics – Edición 2022.
- Manual del Entrenador de la CADA
- Técnicas Atléticas – Jorge de Hegedus – Editorial Stadium.
- Atletismo para Todos – Emilio y Edgardo Mazzeo – Edición 2003 – Editorial Brujas.
- Apuntes “La Orientación Deportiva del Niño” Atletismo – Alfredo Zanatta. Año 2001.
- Guía IAAF de Enseñanza de Atletismo – “Correr, Saltar y Lanzar”- Harald Müller – Wolfgang Ritzdorf. Sistema IAAF de Información y Certificación de Entrenadores – Editado por Centro Regional de Desarrollo – Santa Fé/Área Sudamericana.
- Apuntes Extraídos de: Revista EF y Deportes – Buenos Aires – www.efdeportes.com
- Manual Técnico Metodológico para Escuelas Formativas Estratégicas de Atletismo – Autor: Prof. José Manuel Herrera Chavez – Año 2018 – SERVISPORT LTDA. Gobierno de Chile – CHILEDEPORTES.
- Metodología y Técnicas de Atletismo – Autor: Joan Rius Sant – Año 2005 – Editorial Paidotribo.
- Videos de Youtube de diferentes competencias oficiales.